







مجلة شهرية تنشرها دار القبس للصحافة والطباعة والنش بترخيص من شركة الإنشاءات والتجارة (قسم السلم الإستهلاكية)، جدة، المرخصة من شركة والت ديرني الكويت ص.ب. ٢١٨٠٠ الصفاة - رمز بريدي ١٣٠٧٨ ماتف ٤٨١٢٨٢٦ فاكس ٤٨١٢٨٢٢ E-mail: manal@alqabas.com.kw الناشر شركة دار القبس التحرير منال البهنساوي للاشتراك الرجاء الاتصال على وكلاء التوزيع أو الخط الساخن : (970) A-VIII الكويت: شركة المجموعة الكويتية للنشر والتوريع هاتف: ۲/۱/۲ ماتف: فاحس: ۲۲۱۷۸۰۹ السعودية: الشركة السعودية للتوريع، هاتف: ٢٥٣٠٩٠٩ (٢) الهائف الجائي (8002440076) فاكس النفؤ إفارازا www.saudi-distribution.com البريد الإلكتروني:(E.Mail) into a saudi-distribution.com البريد (E.Mail) :

الإصار ات: شركة الإمار ات للطباعة والنشر والثوزيع شاتف: ۲۲۳۹۲۰ (۱) فاكس: ٢٦٦٣٧٦٨ (٤) المحرين: مؤسسة الهلال لتوزيع

-ers@saudi-distribution.com

الصحف، هانف: ۲۹۱۰۰۰ فاكس: ۸۰ ۱۹۰ قطر: دار الثقافة والطباعة والصحافة

والنشر والتوزيع هاتف: ٦٢١٨٢ - فاكس: ٦٢١٨٠٠

عمان: المتحدة لخدمة وسائل الإعلام، هاتف: ۷۰۱۸۹۰ فاكس: ٧٠٦٥١٢

سورياً: المؤسسة العربية السورية

لتوزيع المطبوعات

هاتف: ۲۱۲۷۷۹۷ (۱۱) فاكس: ۲۱۲۲۵۳۲ (۱۱)

الأردن: شركة أرامكس للنقل الدولي النسريع

ماتف: ٥٥٨٨٥٥٥ (٢) فاكس: ۲۲۷۷۲۳(٦)

لَبِثَانَ: السّرية اللبِنَاتِية الوزيع

الصحف والمطنوعات هاتف: ۲۱۸۰۰۷)

فاكس: ٢٦٦٦٨٣ (١)

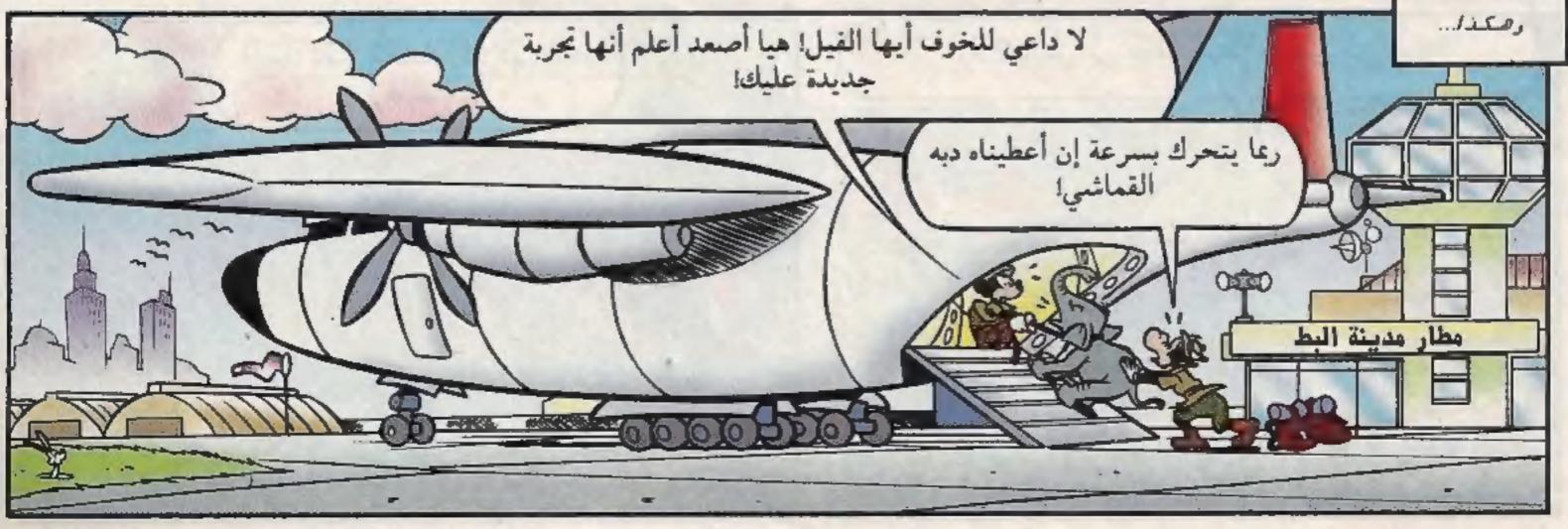
(Disno) أن شركة والن ديرين جميع الحقوق معلوظة لا يجوز استنساح أي جزء من هذه العطير عنار حفظه الى نظام استرجاع أو كعيبوس أو تراسك بأير سكل أو بأية طريقة إليكائرونية كانت أم مكانيكية، تصويرية ام سجيلية دون إذن جعلي مصل من ماك الحقوق

> طبعت بمطابع القبس دولة الكويت

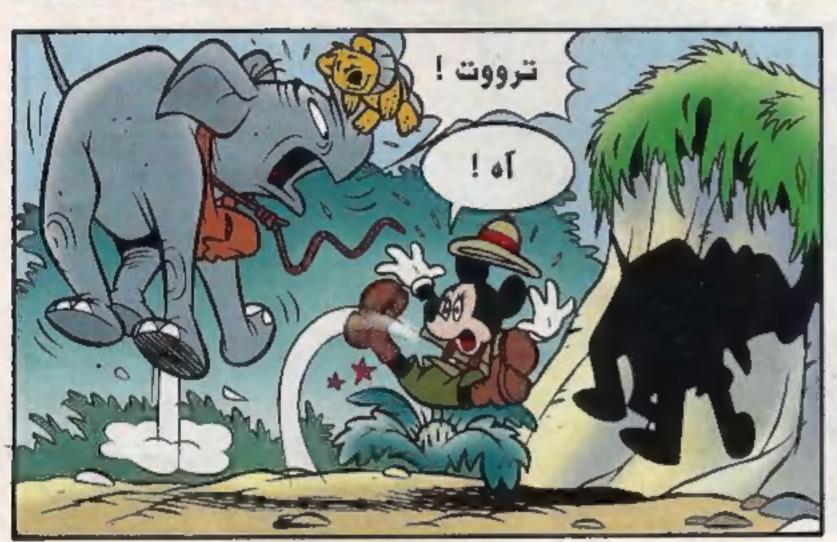




















































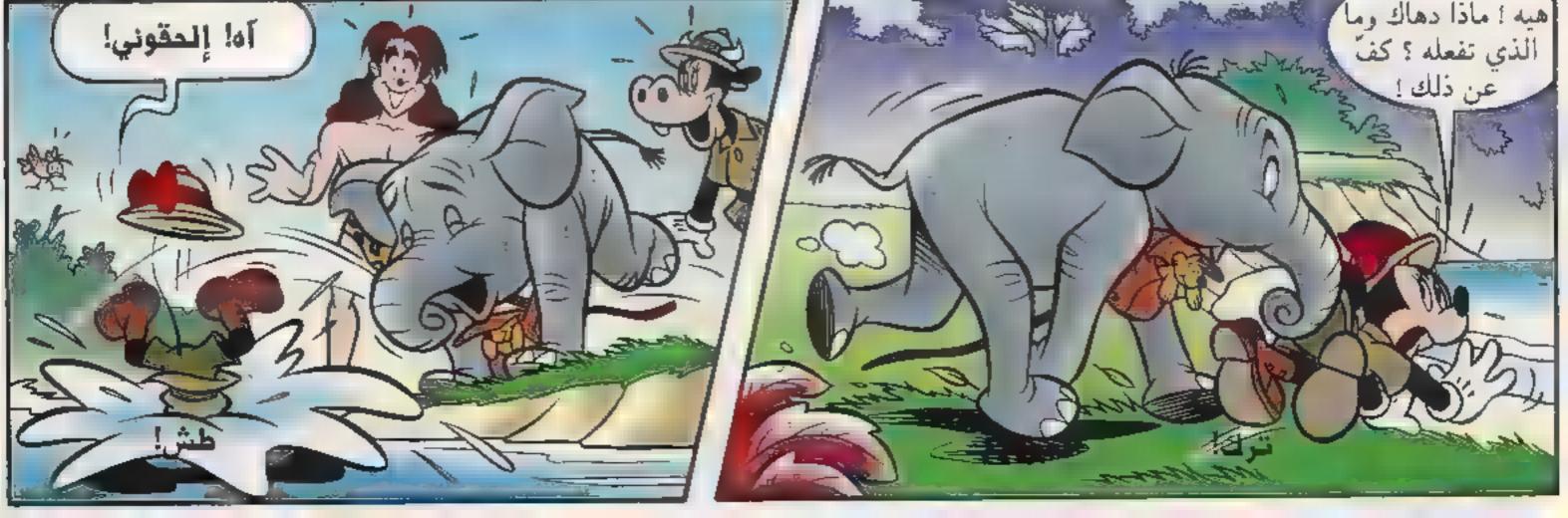














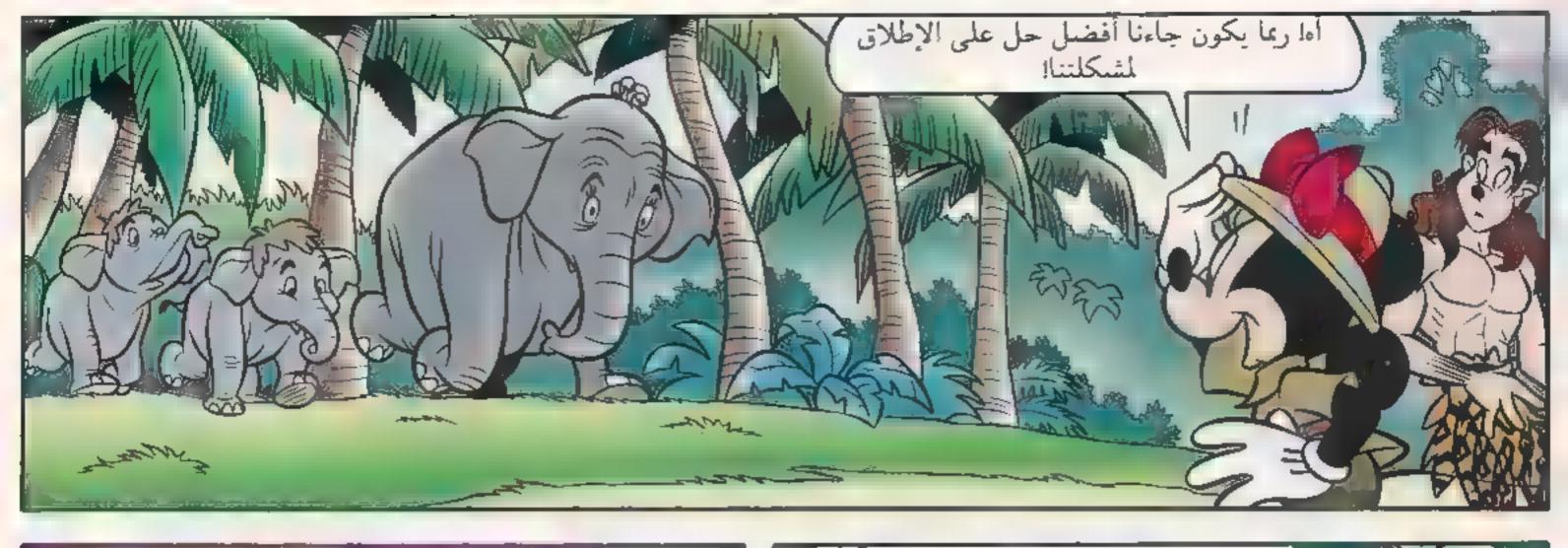
















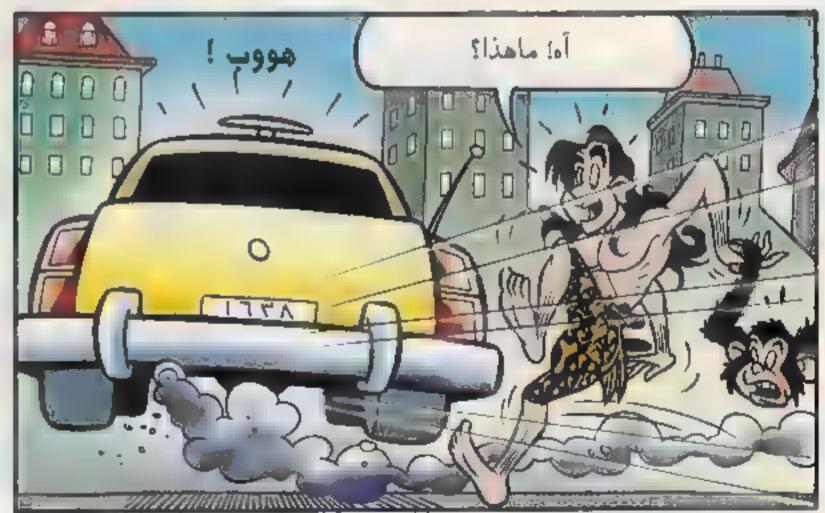






































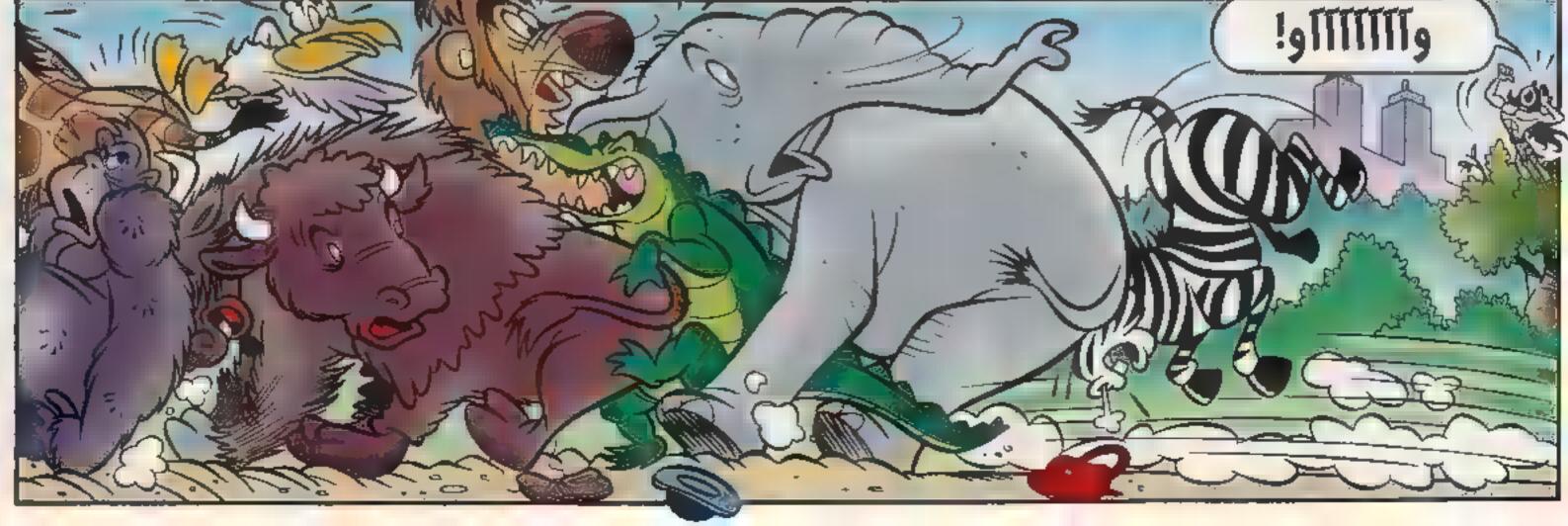


























# 

هل حدث وسألت نفسك يوماً لماذا نبكي؟ كلنا نبكي هذه حقيقة، الأطفال والكبار حتى الحيوانات. فهل هذا عجيب؟ بالطبع لا!

#### ما فائدة الدموع؟

إن الدموع تقوم بتليين العين وترطيبها، وهي التي تسمح للجفون أن «ترمش» بسهولة... كما أن الدموع تقوم بتنظيف العين من الأتربة والهواء الملوث الذي يؤذيها... أما البكاء فهو مفيد جداً من الناحية الصحية لأنه يخلص الجسم من مواد كيماوية ضارة تراكمت فيه، بسبب الإنفعال أو الضغط العصبي...



#### كيف تتم عملية البكاء

في الأحوال العادية يعطي المخ أوامره للغدد الدمعية «١» التي تقوم فوراً بإفراز الدموع المالحة، ثم تقوم الجفون عسح القرنية «٢» لترطيبها... أما الدموع فهي تحفظ في القنوات الدمعية «٣» التي توجهها بدورها ناحية القناة الأنفية «٤».

أما في حالة الإنفعال الزائد كالحزن أو الألم مثلاً، تقوم الغدد الدمعية بإفراز المزيد من الدموع، ورغم العمل المتواصل للقنوات الدمعية فهي لا تستطيع حينئذ أن تحفظ كل هذا الكم من الدموع.. فماذا يحدث إذن؟

تفيض الدموع.. وبهذا يكون البكاء...

#### دموع التمساح

هذه العبارة تعني أن الدموع ليست صادقة لأنها بدون مشاعر... فالتسماح يبكي عندما يفتح فمه وذلك لأن عضلات فكه هي التي تحتوي على الغدد الدمعية.



#### بكاء بنات... بكاء أولاد

معدل بكاء الفتيات يعادل أربعة أضعاف بكاء الأولاد وهذه مسألة هرمونات..

فالتركيبة الكيماوية لجسم البنت مختلفة عنها في جسم

الولد.. لهذا اختلف معدل البكاء بين الفتيات والأولاد...

#### ما سبب البكاء 9

الإنفعال هو السبب الرئيسي للبكاء، فعندما يكون الإنفعال شديداً تبتل العينان بالدموع على الفور..

#### وأسباب الإنفعال هي:

- الألم: عندما تشعرين بالألم تبكين، كأن تسقطي على الأرض مثلاً.

- العصبية، عندما يضايقك أحد تفقدين صبرك

#### وتنفجرين في البكاء.

- السعادة؛ من الممكن أن تبكي من شدة الفرح والسعادة، كأن تفاجأك صديقتك بهدية لعيد مبلادك.
  - الحزن، عندما يحزنك أمر معين تتأثرين جداً وتبكين.
- الضحك، تتأثرين بالمواقف المضحكة والطريفة وتبكين من شدة الضحك.
- البعيل، لأن البصل يفرز مواد كيماوية تسبب تهيجاً في العين فيأمر المخ الغدد الدمعية بأن تنشيط لغسل وتنظيف القرنية بالمزيد من الدموع.

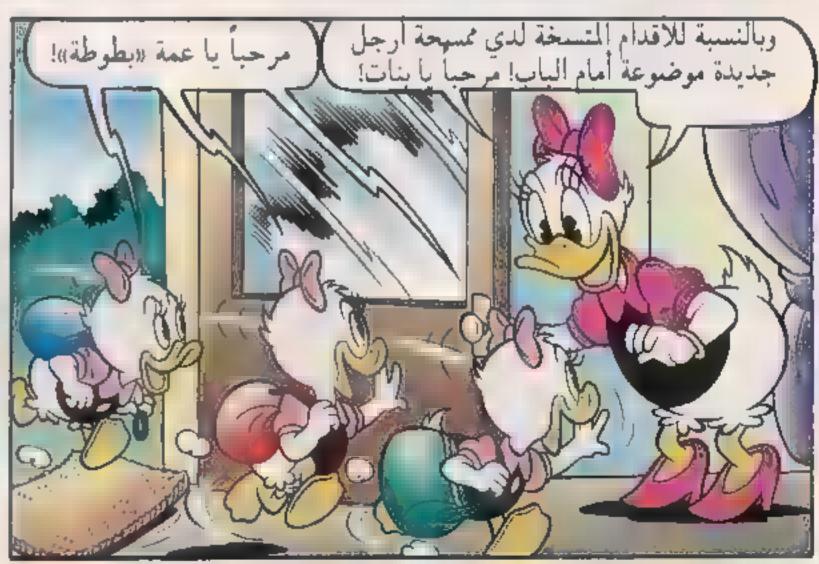














### 

وهو ما إن العقدل الدراسي الدان من الارام من الدارة ومراس الرؤية الكند بشات ومعرفة البعرسات السرسات السرساء الدائم ال شاك بيدائم المعاصدين بيرالية ويعال سيسير الرواه المرسرة والبدأم أرا العاصم البراسية التي المعاد وينا لل سيس وعشى لا تقسيح البراسية والنا التي الناشوا والمسول الد الباياة أن المن في البراسة والنات الشاكرة

ا – الاحتماض بالهلق أو النماس في الحالم الد

والتعالب والكرر والطالع فلسل الناء السواطيين

ال عن المساوعين والمالوعين والمالوعين. السينية

> ا حالونون المسالسين وا المراقي الا استندال و المراقي الدراكي استندال و المراقي الدراكي وطالق المرافي المرافع المراقي المراقع

الحقال به القار منى طاحطت [البيانا بحشن]
 البنسس بديوسج دخر حادستوساتاند.
 حاصين بديوسج على على جو الدراجية

محمد میں استورائی ہوتا ہے۔ افسام مسلول کئے مارسونیا ہے انسانی استار ایالہ آپ تشرکی والد بہان

ر داند نامه کی در استند ، باند بدر و پر اهم بدهی انیم ایران النی در سنها اگیری مصال این جانب چی الالات الساید و حکک محکول ملی ندرد در در ایران از رای

> الدائيمان البيارية المدينة المدينة المدن وسائيل اللسلم، والأمر ا بحداث ومطاف الرحاني حجور الأكل ما





معلى المحلك المواد معادلة والمستقد والتبد والساعد أن الرام المرام الأرام والمستقد والمستقد والمستقد والمستقد و طبقة أمام عمل المستقد والمستقد والمستقد والمستقد والمستقد والمستقد والمستقد والمستقد والمستقد والمستقد والمستقد

البدران البدران التاريخية التاريخية الدولية المستوالية المستوالية

المساور والمساور في المساور والمساور والمساور والمساور والمساور والمساور والمساور والمساور والمساور والمساور و المساور والمساور والمساور

> ام دکتی عدد از سطی افغان بساوی وسائل آناوی ایکانت می مطابعاً ایک وسائل آناوی ایکان در میشودا

المنافق في المنافق ال

منبعت لباح (الموجود



## 

# طعامك صحى ومثيك

حسنا فتدسيمك ويتقي بالطباحتينا كالمدراة أمسي تعطي فأسناها تراز بالمأجيكا أد

المسلومين المتالية تقل الساوت المسرور المراد الي المراد المراد المراد المراد المراد المراد المراد المراد المرا المراد ا

التفاح: يحتوي على نسبة كبيرة من المعادن والأملاح مثل الكالسيوم والزنك والحديد إضافة إلى والبوتاسيوم والزنك والحديد إضافة إلى الألياف المفيدة وهي تساعد على سرعة عمليا

الجزر: مفيد جداً في حالات عيوب النظر وغني بفيتامين (ج) كما أنه يساعد على وقف الإسهال.

العنب: أحد المصادر الهامة للطاقة وهو سريع الهضم والعنب يساعد على إزالة الإرهاق والإحساس بالتعب.

العدس: وهو مصدر هام للبروتين ويحتوي على حديد وفيتامين «ب»

ولذلك فهو مفيد جدا. البطاطس: غنية بالألياف وفيتامين «ب،د» وكذلك المعادن ولكن همسة في أذنك:

عليك أن تسلقيها أو تشويها حتى لا تتسبب في زيادة الوزن. الشوم : يحسن الدورة الدموية كما أنه مضاد للبكتريا والفطريات والفيروسات.

الأسماك: تعتبر جميع الأسماك مفيدة ومن أكثر الأنواع إفادة السالمون والسردين وهي ضرورية للعظام والمفاصل والجلد.

الحليب والأجبان: مصدر هام للبروتين والكالسيوم وهي جزء هام من النظام الغذائي.

الزبادي: مفيد للمعدة والأمعاء وخاصة في حالات الإسهال.

المعكرونة: وهي مصدر هام للمعادن والألياف وفيتامين (ب).

وهناك مجموعة من الخضراوات والفواكه التي تحتوي على الماء وهي مفيدة جداً مثل البطيخ والتين والخوخ والخيار والخوخ والكمثرى والأناناس ومن الخضراوات الخيار والطماطم والخس والجرجير.





للنجاح.





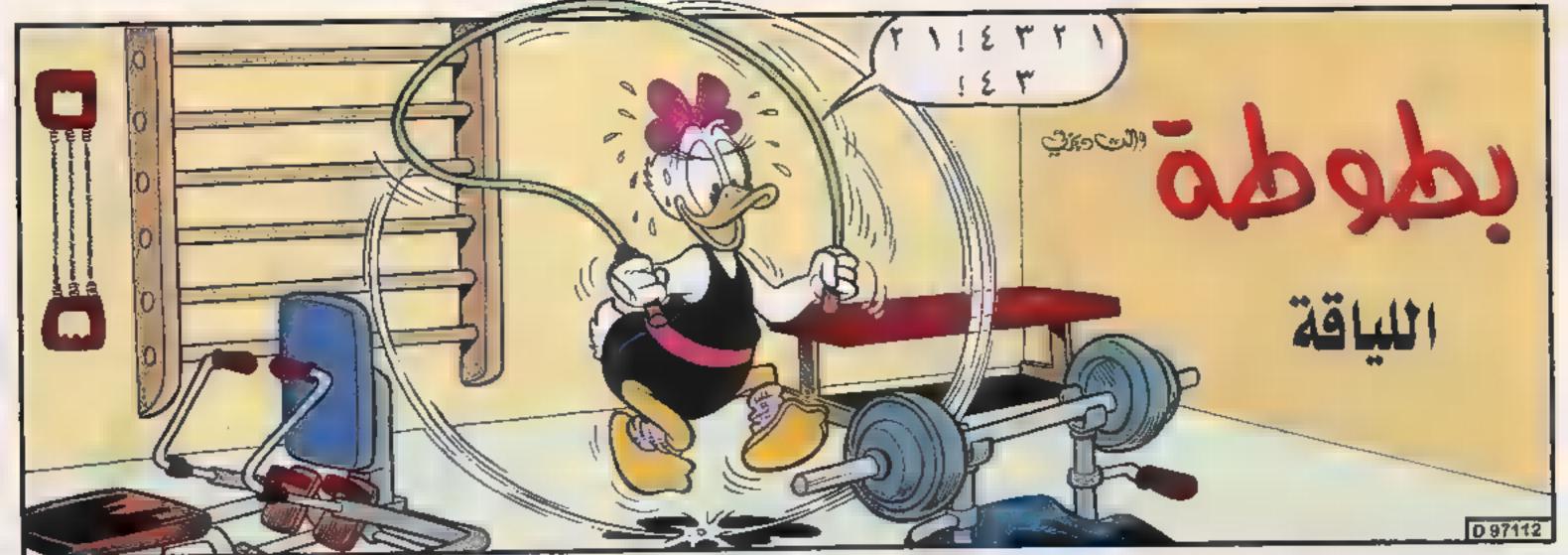
### المتحق المختمى



٣.























٤ حبات تين طازجة.
٩ ٢ ٢ غرام عنب أحمر طازج
٦ برتقالات
ملعقة صغيرة نكهة البرتقال

١- اقطعي حبة التين إلى أرباع حيث تبقى متصلة في القاعدة ويكون ساق التين للأعلى.

٢- افتحي حبة التين باستخدام اليدين لتأخذ شكل الوردة ثم ضعي كل حبة تين في صعدن تقديم صغير.

٣- ضعي بعض العنب الأحمر في وسط كل قة تين.

٤- اقطعي برتقالتين إلى أنصاف ثم اعصريها في كوب صغير وأضيفي سائل نكهة البرتقال.

ة - قشري البرتقال الباقي وفصصيه ثم انزعي اللحاء الشفاف لكل فص برتقال ورتبيها حول التين.

٦- اسكبي مزيج العصير فوق التين وبرديه جيداً قبل التقديم.

> والآن أصبح لديك طبقاً سهلا ولذيذاً وجاهزاً للأكل.

#### ننبيه

الرجاء القيام بهذه الخطوات تحت إشراف الكبار وتوجيهاتهم









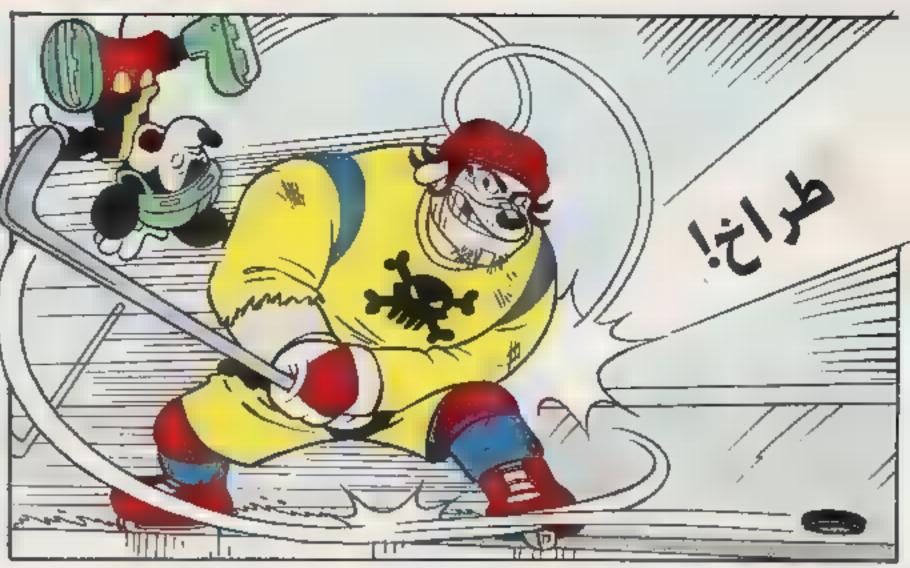




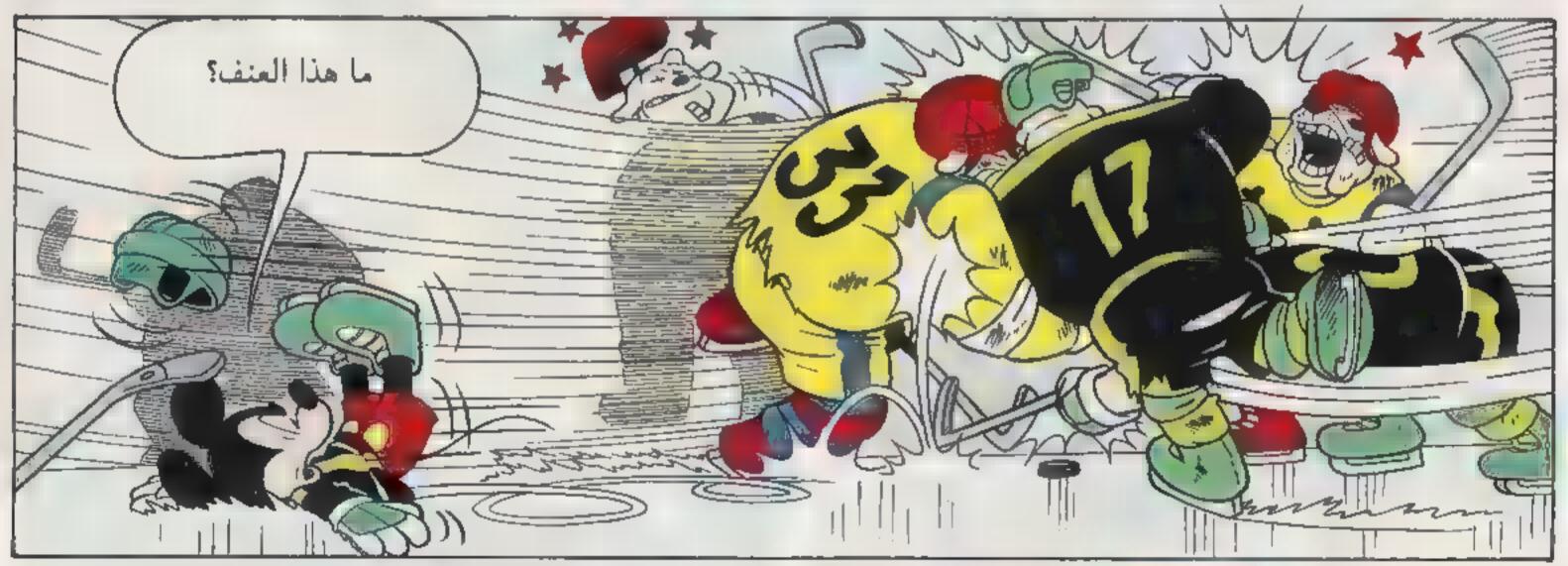








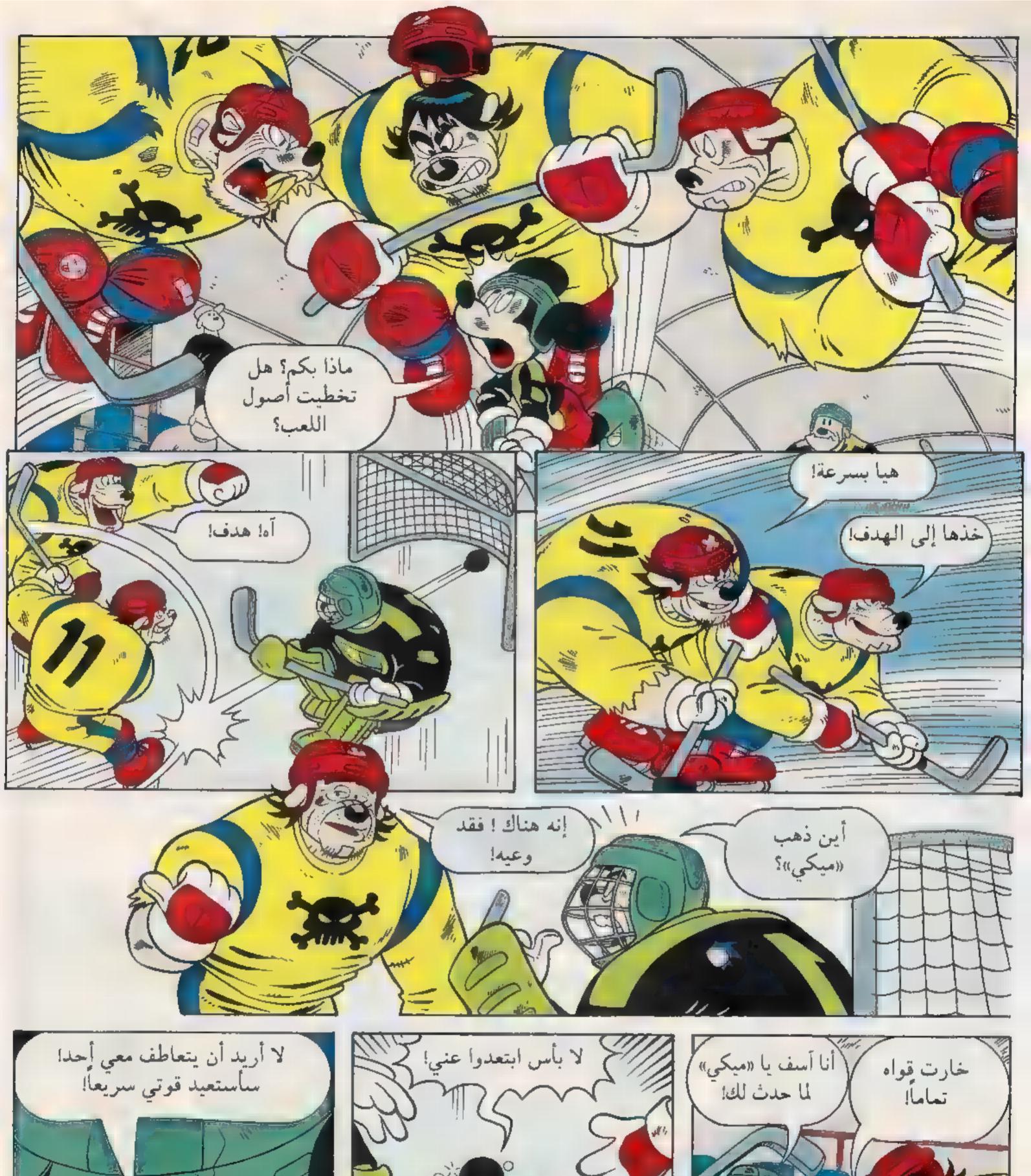


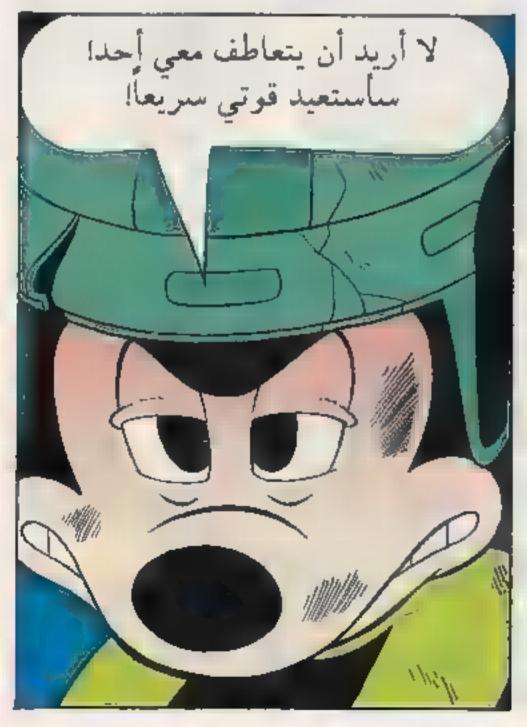






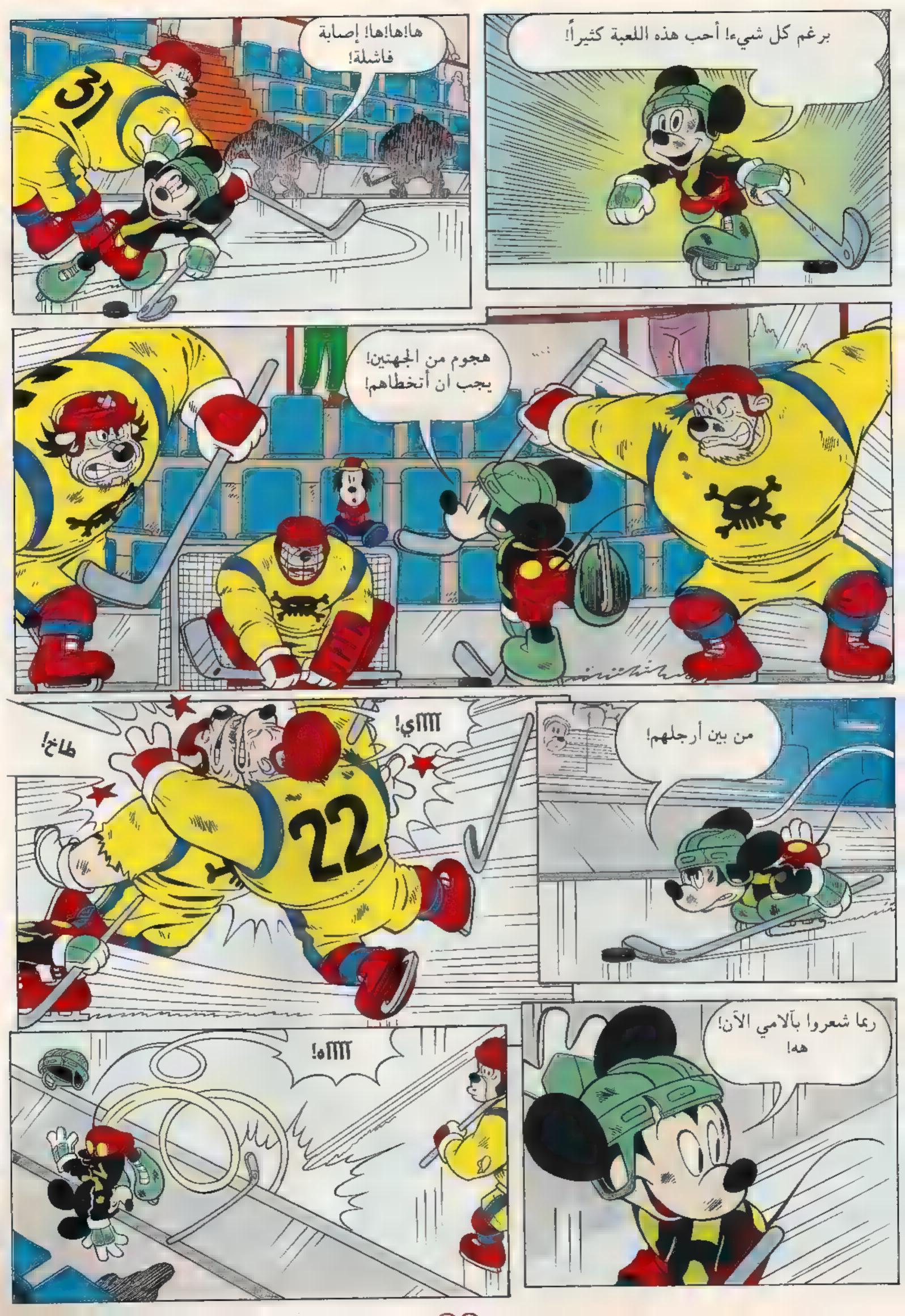








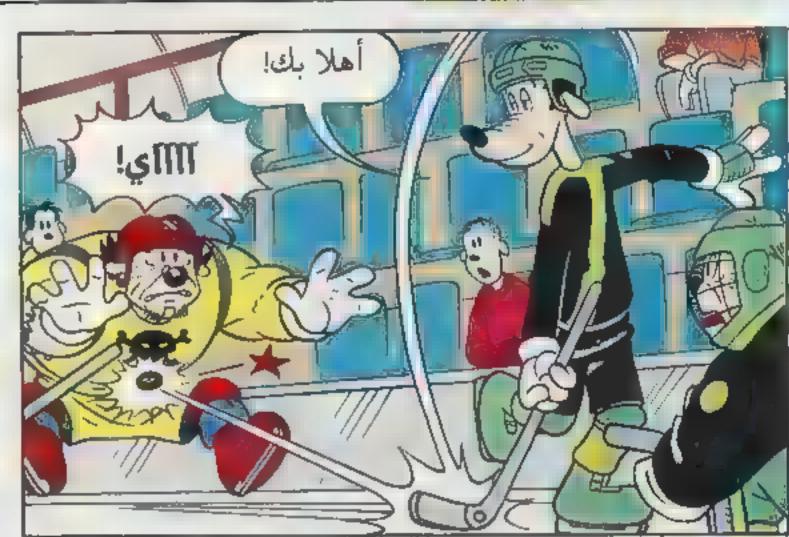






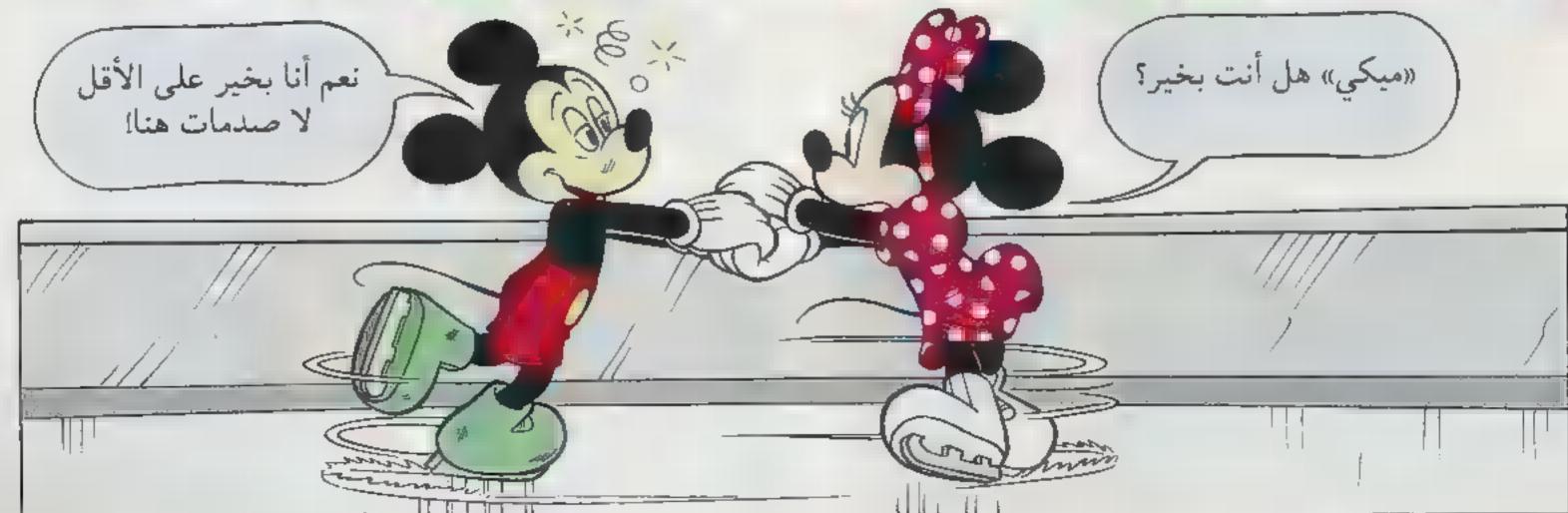












## المالي حاليا

هل تعرفين أنه يوجد في الطبيعة أنواعاً مختلفة من البيض ولكل أنثى طريقتها في حماية هذا البيض؟ وهذه بعض الجيل:

### ملتهقة

إن حشرة «الدعسوقة» تبيض بيضها على شكل مجموعات يبلغ عددها من ١٠ إلى

٢٠ بيضة وتلتصق في أسفل أوراق الشجر بفضل مادة لزجة غرائية تفرزها تحيط بالبيض. وخلال أسبوع واحد يفقس البيض، وتخرج منه اليرقات الصغيرة وتظل هذه اليرقات لمدة شهر حتى تتحول إلى دعسوقة كاملة.

#### بيهة ملبة

إن بيض الثعابين الخضراء «المامبا» مثلها مثل الثعابين الأخرى يتميز بالقشرة الخارجية الطرية ولكن القشرة ليست مرنة أو هشة. بل على العكس فهي صلبة جداً وتتحمل الصدمات كما أنها لا تسرب المياه. وذلك حتى لا تتعرض للكسر بسهولة أو تتعرض للجفاف! وعندما تفقس هذه الثعابين نجد أن لون جلدها أخضراً جميلاً لامعاً. كما أنها تشبه كبارها في كل شيء.

#### كالمات الألوان





## تشابه الأكوان

تبيض طيور (السبد) -وهو نوع من الطيور يأكل الحشرات ليلا- البيض على الأرض وتتركه بدون حماية لأن البيض لونه بيج وتتداخل فيه ألوان عديدة مثل البني والأحمر والرمادي فهو بهذه الألوان يشبه الأرض الموجود عليها.

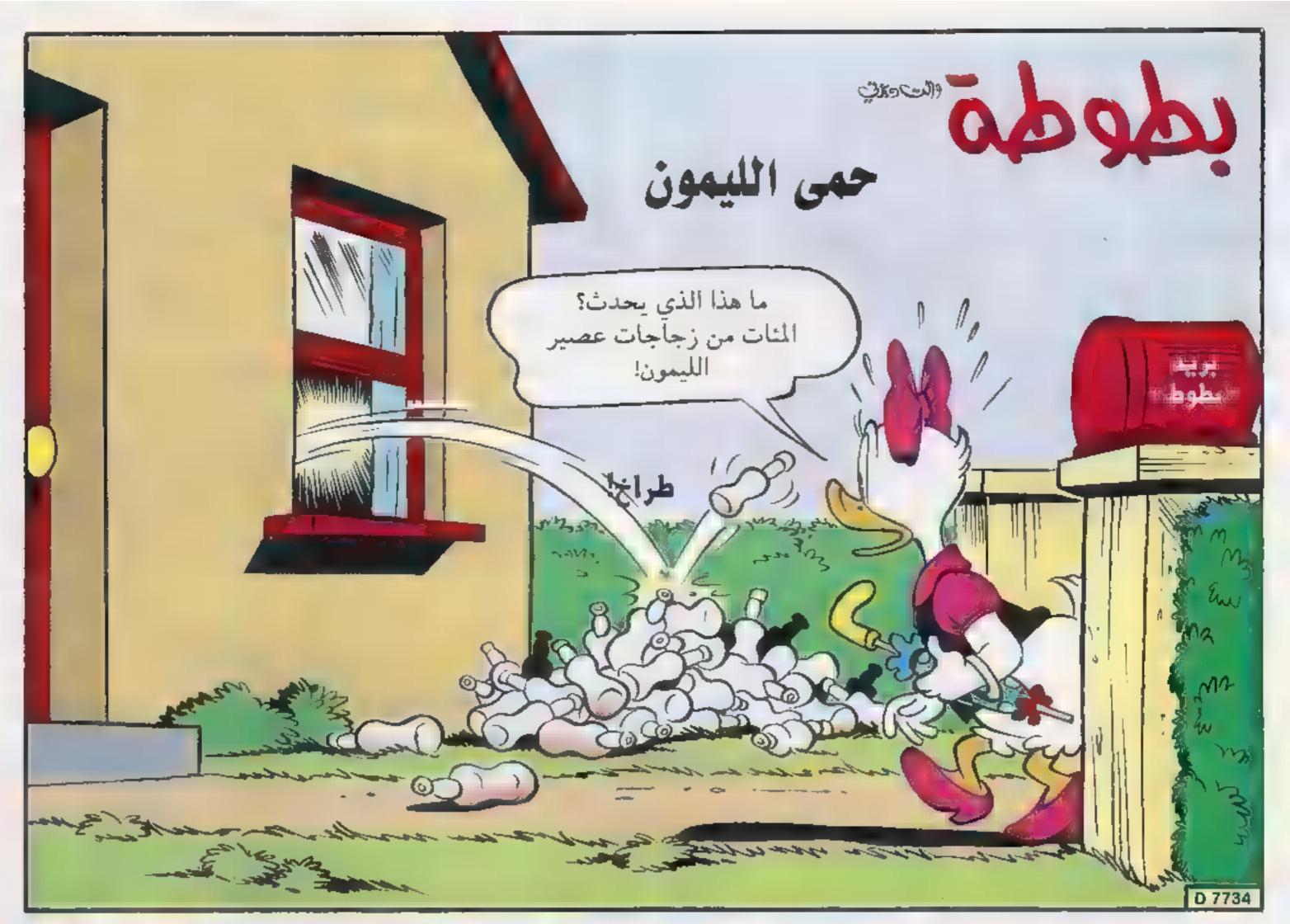
#### بيهة محهنة

إن بيضة واحدة لطائر النعام عكن أن تزن أكثر من كيلو ونصف الكيلوجرام، أي ما يعادل وزن اثنتي عشرة بيضة من بيض الدجاج. ورغم أنها أكبر بيضة لطائر، إلا أنها تعتبر صغيرة بالنسبة لحجم الطائر

نفسه. وتستغرق عمليه فقس البيضة ٤٠ يوماً والقشرة تعتبر حصينة جداً لدرجة أن كتكوت النعام يظل يوماً كاملاً ينقر القشرة ليتمكن من الخروج.

#### بدورت قشرة

لا تواجه أنثى الضفدع مشكلة في المحافظة على القشرة الخارجية للبيض والسبب أن بيضها الذي تبيضه بدون قشرة. فهو مغلف عادة جلاتينية شفافة لحمايته. وتبيض أنثى الضفدع سنوياً من ٥٠ إلى ٥٣ ألف بيضة حسب نوع الضفدع.























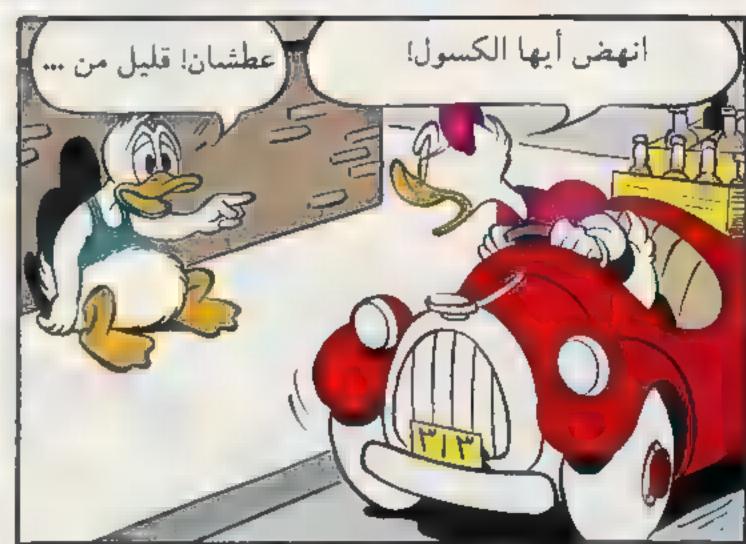




























































































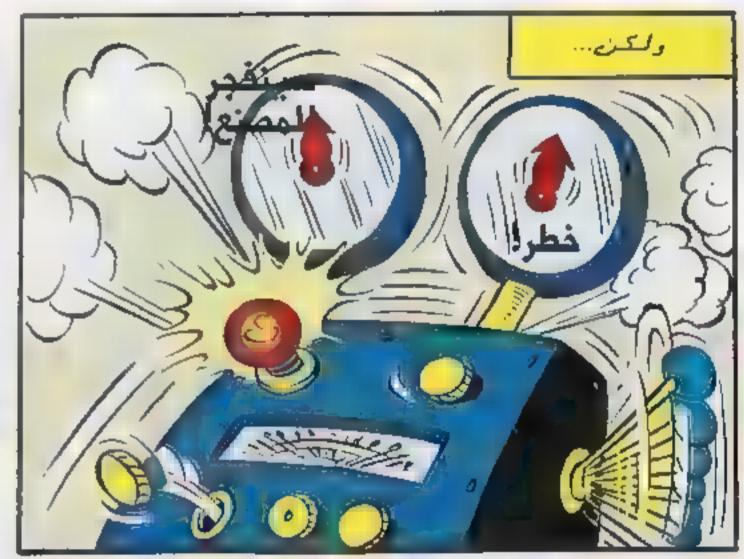








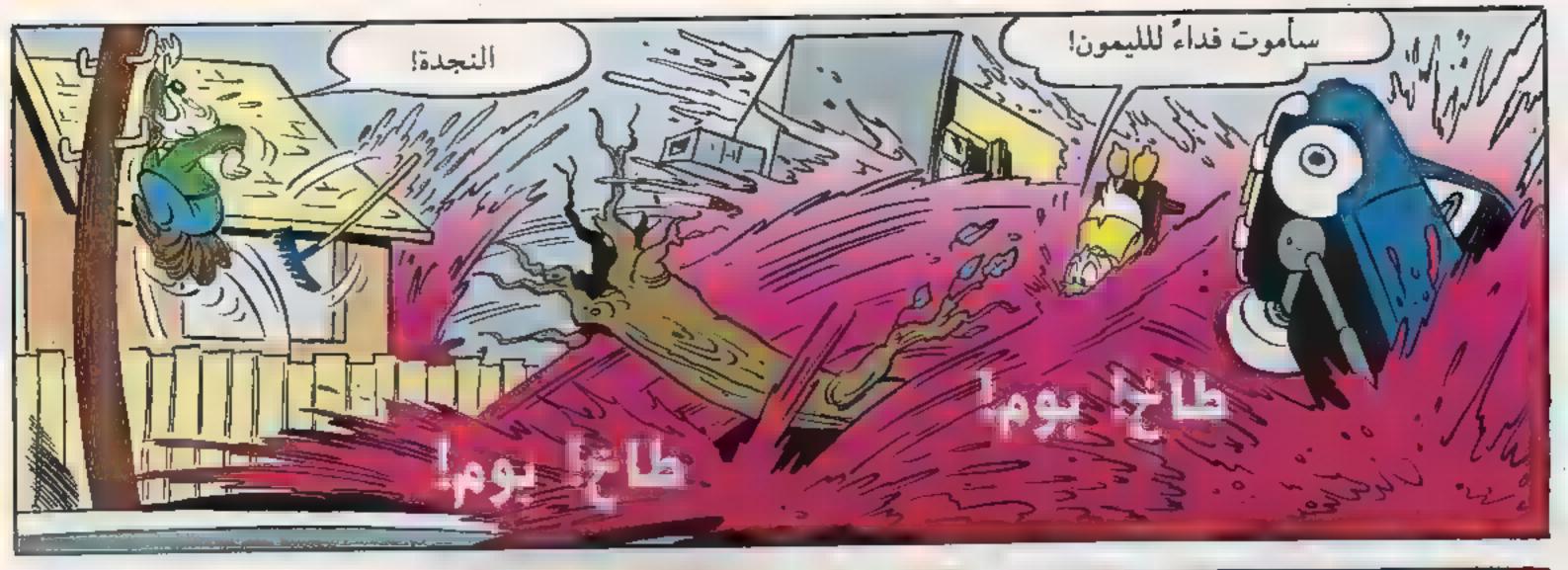
































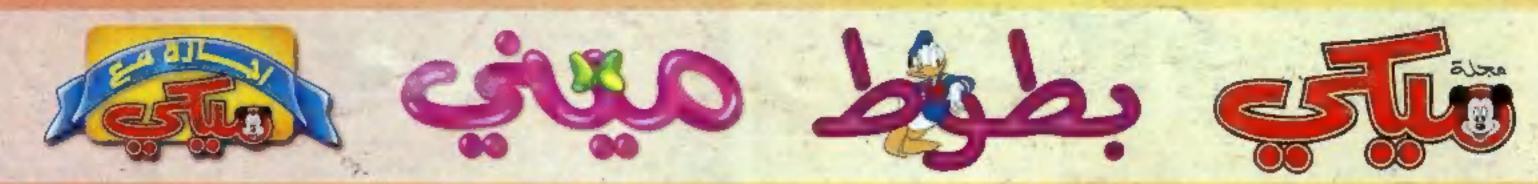








# وكالاح والاحتادة





اشترك الآن واعمل على هنايا قيمة!

خصومات خاصة عند الاشتراك في أكثر من مجلة!

للاشتراك الرجاء الاتصال على: الكويت: هاتف: ٤٨٤٤٥٧٨ - الغط الساخن: ٨٠٧١١١ هاكس: ٢٦٤٦٨٥



عرب كوميكس هذا العمل عن مجهودي الشخصي .. أرجو اسن أراد نقلة الا يدكير اسم المصدر .. والاستغذاث بصاحب العمل أولاً .. والله الموفق .

فلاحظات فهملة :

المصدر هو : عرب كوميكس للقصص المصورة WWW.ARABCOMICS.NET

صاحب العمل : @ملك الرومنسية@

agail di thee same di thee







هذا العمل هو لعشاق الكوميكس، وهو لغير أهداف رغية مطلقاً، وهو لتوفير المتعة الأدبية فقط، الرجاء إبتياع النسخة الورقية المرخصة حال نزولها للأسواق، لدعم استمراريتها وتشجيعها، وحذف هذا الملف بعد قراءته.

This is a fan base production, not for sale or ebay. Please pay the original release whene it hites the market to support it's contiunity, and delete this file after riding.